Cuaderno de odontología. Revista científica
Vol. 4(especial5), 1-8, 2026
https://doi.org/10.62574/9tj5rs78

Ansiedad y depresión en estudiantes universitarios y su relación con el bruxismo: revisión sistemática

Anxiety and depression in university students and their relationship with bruxism: a systematic review

Lourdes Karina Tito-Moreno
ualourdes91@uniandes.edu.ec
Universidad Regional Autónoma de los Andes, Ecuador
https://orcid.org/0009-0007-0705-1766

Bianka Melisa Chuchuca-Cuenca
biankacc79@uniandes.edu.ec
Universidad Regional Autónoma de los Andes, Ecuador
https://orcid.org/0009-0006-3853-7155

Betsy Noemí Rumancela-Guzmán
betsyrg30@uniandes.edu.ec
Universidad Regional Autónoma de los Andes, Ecuador
https://orcid.org/0009-0002-7801-6902

Janina Dayana Urrutia-Chicaiza
janinauc20@uniandes.edu.ec
Universidad Regional Autónoma de los Andes, Ecuador
https://orcid.org/0009-0002-2825-3328

RESUMEN

Objetivo: analizar la relación entre la ansiedad y la depresión y el bruxismo en estudiantes universitarios. **Métodos:** revisión sistemática de la literatura indexada en PubMed, con descriptores sobre bruxismo, ansiedad, depresión y estudiantes universitarios; se seleccionaron 15 estudios y se organizaron según población y variable examinada. **Resultados:** diez estudios se desarrollaron en universitarios y tres sintetizaron la prevalencia; nueve examinaron variables psicológicas, con predominio del estrés (seis estudios), mientras que la ansiedad o la depresión se analizaron de forma explícita en tres. **Conclusión:** la literatura revisada respalda una asociación plausible entre el malestar emocional y el bruxismo universitario, aunque la heterogeneidad de diseños e instrumentos impide establecer causalidad; conviene incorporar el tamizaje emocional en la valoración odontológica.
Descriptores: bruxismo; ansiedad; depresión (DeCS).

ABSTRACT

Objective: to analyze the relationship between anxiety and depression and bruxism in university students. **Methods:** systematic review of the literature indexed in PubMed, using descriptors on bruxism, anxiety, depression and university students; 15 studies were selected and organized by population and variable examined. **Results:** ten studies were conducted in university students and three synthesized prevalence; nine examined psychological variables, with stress predominating (six studies), while anxiety or depression were explicitly analyzed in three. **Conclusion:** the reviewed literature supports a plausible association between emotional distress and bruxism in university students, although heterogeneous designs and instruments prevent establishing causality; emotional screening should be incorporated into dental assessment.
Descriptors: bruxism; anxiety; depression (MeSH).

Recibido: 08/07/2026. Revisado: 19/07/2026. Aprobado: 25/09/2026. Publicado: 01/10/2026.
Artículo original breve

INTRODUCCIÓN

Desde la práctica clínica, el bruxismo se reconoce como una actividad repetitiva de los músculos masticatorios que puede presentarse durante el sueño o en vigilia, con consecuencias como el desgaste dental, el dolor orofacial y los trastornos temporomandibulares. De acuerdo con el metaanálisis de Zieliński et al., la prevalencia global se aproxima al 21 % durante el sueño y al 23 % en vigilia (1); asimismo, en población adulta, Archer et al. sintetizaron la prevalencia de la modalidad diurna con una metodología equivalente (2).

Ahora bien, el entorno universitario reúne condiciones que favorecen los síntomas emocionales, entre ellas la carga académica sostenida, las evaluaciones frecuentes y la incertidumbre sobre el ejercicio profesional. Dentro de este orden de ideas, Cavallo et al. examinaron la relación entre el estrés percibido y el bruxismo en estudiantes (3), y Laganà et al. estudiaron la ansiedad y el estrés percibidos en una población similar (4).

Por otra parte, la producción más reciente incorpora variables de contexto. En tal sentido, Osses-Anguita et al. compararon el bruxismo y sus factores psicológicos en estudiantes de primer año antes, durante y después de la pandemia de COVID-19 (5), mientras que Vlăduțu et al. vincularon el bruxismo y el estrés con manifestaciones de trastorno temporomandibular en jóvenes (6).

En consecuencia, la información sobre la ansiedad y la depresión como factores asociados al bruxismo universitario se encuentra dispersa entre estudios con instrumentos y poblaciones distintos, lo que justifica una síntesis ordenada. El objetivo de esta revisión fue analizar la relación entre la ansiedad y la depresión y el bruxismo en estudiantes universitarios, a partir de la literatura indexada en PubMed.

MÉTODO

Con el propósito de reunir la evidencia disponible, se planteó una revisión sistemática de síntesis narrativa, sin metaanálisis, dado que los instrumentos de medición y las poblaciones difieren entre los estudios; la definición de criterios y el proceso de selección adoptaron la lógica de la declaración PRISMA en lo aplicable.

Para la identificación de los registros, se consultó la base PubMed mediante combinaciones de los descriptores bruxism, anxiety, depression, stress y university students, unidos con los operadores booleanos AND y OR; asimismo, se emplearon los términos prevalence y systematic review para localizar las síntesis epidemiológicas.

En cuanto a los criterios de elegibilidad, se incluyeron artículos con autores identificables, redactados en inglés, que abordaran el bruxismo en estudiantes universitarios o en adultos jóvenes, junto con revisiones sistemáticas y metaanálisis de prevalencia que aportaran el marco epidemiológico. Por el contrario, se excluyeron los estudios centrados en poblaciones clínicas específicas, como epilepsia, síndrome de Down, parálisis cerebral o enfermedades neurodegenerativas.

Posteriormente, de los registros recuperados se seleccionaron 15 estudios por la afinidad de su población y de sus variables con el objetivo planteado. De cada uno se extrajeron la población y el aspecto analizado, y la información se organizó en una tabla comparativa (Tabla 1). Al tratarse de una revisión de literatura publicada, el trabajo no requirió dictamen de un comité de ética.

RESULTADOS

En primer lugar, la selección final reunió 15 publicaciones (Tabla 1); diez se desarrollaron en estudiantes universitarios, tres correspondieron a síntesis de prevalencia y dos analizaron adultos jóvenes sin delimitación académica. Dentro del

grupo estudiantil, Costa et al. analizaron el posible bruxismo del sueño junto con el estrés y los síntomas depresivos en universitarios brasileños (7); a su vez, Babayiğit et al. relacionaron la procrastinación académica y el estrés autogenerado con el bruxismo autorreportado en estudiantes de medicina y odontología (8). Del mismo modo, Soares et al. estimaron la prevalencia en estudiantes de pregrado (9), Quadri et al. examinaron el bruxismo en vigilia frente al consumo de khat, café y tabaco y frente al estrés (10), y Phuong et al. evaluaron los factores relacionados y la calidad de vida vinculada con la salud bucal en estudiantes de medicina vietnamitas (11).

Fuera de la población estrictamente académica, Saracutu et al. documentaron que el apoyo mandibular y el apretamiento dental autorreportados se asocian con rasgos de ansiedad y depresión (12), y en otro trabajo analizaron la frecuencia de las conductas de bruxismo en vigilia en adultos jóvenes sanos con distintas puntuaciones psicológicas (13). Asimismo, Bakri et al. relacionaron el bruxismo autorreportado con el rendimiento académico en estudiantes de odontología (14), y Stanisic et al. sintetizaron la prevalencia del bruxismo en vigilia entre poblaciones diversas (15).

Tabla 1. Estudios incluidos en la revisión sistemática.

Estudio	Población	Aspecto analizado
Zieliński et al., 2024 (1)	Poblaciones pediátricas y adultas	Prevalencia global del bruxismo del sueño y de vigilia
Archer et al., 2023 (2)	Población adulta	Prevalencia del bruxismo en vigilia
Cavallo et al., 2016 (3)	Estudiantes universitarios	Estrés percibido y bruxismo
Laganà et al., 2021 (4)	Estudiantes universitarios	Ansiedad y estrés percibidos
Osses-Anguita et al., 2023 (5)	Universitarios de primer año	Factores psicológicos antes, durante y después de la pandemia
Vlăduțu et al., 2022 (6)	Jóvenes estudiantes	Estrés y manifestaciones temporomandibulares
Costa et al., 2023 (7)	Universitarios brasileños	Estrés y síntomas depresivos
Babayiğit et al., 2024 (8)	Estudiantes de medicina y odontología	Procrastinación, estrés autogenerado y bruxismo autorreportado
Soares et al., 2017 (9)	Estudiantes de pregrado	Prevalencia del bruxismo
Quadri et al., 2015 (10)	Universitarios de Jazan	Khat, café, tabaco y estrés

Estudio	Población	Aspecto analizado
Phuong et al., 2020 (11)	Estudiantes de medicina vietnamitas	Factores relacionados y calidad de vida bucal
Saracutu et al., 2024 (12)	Adultos	Rasgos de ansiedad y depresión
Saracutu et al., 2025 (13)	Adultos jóvenes sanos	Puntuaciones psicológicas y conductas de vigilia
Bakri et al., 2024 (14)	Estudiantes de odontología	Bruxismo autorreportado y rendimiento académico
Stanisic et al., 2025 (15)	Poblaciones diversas	Prevalencia del bruxismo en vigilia

Elaboración propia a partir de los estudios incluidos. Entre paréntesis, número de la referencia.

En conjunto, nueve de los quince estudios examinaron alguna variable psicológica en relación con el bruxismo (3 a 8, 10, 12 y 13); por su parte, tres aportaron cifras de prevalencia que delimitan el marco epidemiológico (1, 2 y 15) y tres se centraron en la prevalencia local, la calidad de vida o el rendimiento académico (9, 11 y 14).

Por consiguiente, el estrés fue la variable más frecuente, presente en seis trabajos (3, 4, 6, 7, 8 y 10), mientras que la ansiedad o la depresión se examinaron de forma explícita en tres (4, 7 y 12). Cabe resaltar que ningún estudio incluido se limitó a la ansiedad y la depresión como únicas variables emocionales, pues casi siempre se analizaron junto con el estrés o con hábitos de consumo.

DISCUSIÓN

De acuerdo con el material revisado, el estrés académico es el factor psicológico mejor representado, de modo que la relación del bruxismo con la ansiedad y la depresión suele examinarse dentro de un cuadro emocional más amplio (3, 4, 7). Esta convergencia temática se corresponde con lo descrito por Saracutu et al. respecto de la asociación entre el apretamiento y los rasgos de ansiedad y depresión (12); sin embargo, conviene leerla con cautela, puesto que un rasgo emocional no equivale a un trastorno diagnosticado.

Por otro lado, la forma de medir el bruxismo condiciona la comparación entre estudios. Varios trabajos recurren al autorreporte (8, 14), un método accesible en poblaciones numerosas que, no obstante, no permite distinguir con certeza el

bruxismo del sueño del de vigilia; en contraposición, las síntesis de prevalencia delimitan cada modalidad por separado (1, 2, 15). Dicho de otro modo, las cifras obtenidas con cuestionarios y las obtenidas con evaluación clínica no son directamente intercambiables.

Asimismo, el contexto temporal influye en la exposición al estrés. La comparación de Osses-Anguita et al. antes, durante y después de la pandemia (5) muestra el interés de considerar el momento en que se mide la carga emocional, ya que una misma cohorte puede atravesar condiciones académicas muy distintas.

Desde la clínica, el vínculo entre el bruxismo, el estrés y el trastorno temporomandibular (6) respalda que el odontólogo incorpore preguntas de tamizaje emocional durante la anamnesis y derive al servicio de bienestar estudiantil cuando corresponda. Del mismo modo, las repercusiones sobre la calidad de vida bucal (11) y sobre el rendimiento académico (14) sugieren que el abordaje no debe limitarse a la placa oclusal o al control sintomático.

En cuanto a las limitaciones, la revisión se restringió a PubMed y a publicaciones en inglés, incluyó 15 estudios y no realizó metaanálisis; en igual forma, los diseños observacionales de este tipo no permiten establecer relaciones de causa y efecto. Por tanto, se requieren estudios longitudinales que midan la ansiedad y la depresión con escalas validadas y el bruxismo con criterios clínicos.

CONCLUSIÓN

La literatura revisada respalda una asociación plausible entre el malestar emocional, en particular el estrés, la ansiedad y la depresión, y el bruxismo en estudiantes universitarios. No obstante, la heterogeneidad de los instrumentos y la naturaleza observacional de los estudios impiden afirmar causalidad. En consecuencia, se recomienda que la valoración odontológica del estudiante incluya un tamizaje emocional básico y que las instituciones articulen la atención bucal con los servicios de salud mental.

FINANCIAMIENTO

Este trabajo se llevó a cabo con recursos exclusivamente aportados por los autores.

CONFLICTO DE INTERESES

No existen conflictos de interés por parte de los autores respecto a la presente investigación.

AGRADECIMIENTOS

A la Universidad Regional Autónoma de los Andes, Ecuador.

REFERENCIAS

1. Zieliński G, Pająk A, Wójcicki M. Global prevalence of sleep bruxism and awake bruxism in pediatric and adult populations: a systematic review and meta-analysis. J Clin Med. 2024;13(14):4259. doi:10.3390/jcm13144259
2. Archer AB, Da-Cas CD, Valesan LF, Cunha TCA, Januzzi E, Garanhani RR, et al. Prevalence of awake bruxism in the adult population: a systematic review and meta-analysis. Clin Oral Investig. 2023;27(12):7007-18. doi:10.1007/s00784-023-05302-w
3. Cavallo P, Carpinelli L, Savarese G. Perceived stress and bruxism in university students. BMC Res Notes. 2016;9(1):514. doi:10.1186/s13104-016-2311-0
4. Laganà G, Malara A, Koumoulis A, Tepedino M, Venza N, Cozza P. Bruxism, perceived anxiety and stress in university students. J Biol Regul Homeost Agents. 2021;35(2):787-90. doi:10.23812/20-578-L
5. Osses-Anguita ÁE, Sánchez-Sánchez T, Soto-Goñi XA, García-González M, Alén Fariñas F, Cid-Verdejo R, et al. Awake and sleep bruxism prevalence and their associated psychological factors in first-year university students: a pre-mid-post COVID-19 pandemic comparison. Int J Environ Res Public Health. 2023;20(3):2452. doi:10.3390/ijerph20032452
6. Vlăduțu D, Popescu SM, Mercuț R, Ionescu M, Scrieciu M, Glodeanu AD, et al. Associations between bruxism, stress, and manifestations of temporomandibular disorder in young students. Int J Environ Res Public Health. 2022;19(9):5415. doi:10.3390/ijerph19095415
7. Costa FDS, Fernandez MDS, et al. Association involving possible sleep bruxism, stress, and depressive symptoms in Brazilian university students: a cross-sectional study. Sleep Sci. 2023;16(3):317-22. doi:10.1055/s-0043-1772808
8. Babayiğit O, Büyükkalaycı FN, Altun S. The interplay of academic procrastination, self-generated stress, and self-reported bruxism among

medical and dental students: a cross-sectional study. BMC Psychol. 2024;12(1):586. doi:10.1186/s40359-024-02105-w
9. Soares LG, Costa IR, Brum Júnior JDS, Cerqueira WSB, Oliveira ES, Douglas de Oliveira DW, et al. Prevalence of bruxism in undergraduate students. Cranio. 2017;35(5):298-303. doi:10.1080/08869634.2016.1218671
10. Quadri MFA, Mahnashi A, Al Almutahhir A, Tubayqi H, Hakami A, Arishi M, et al. Association of awake bruxism with khat, coffee, tobacco, and stress among Jazan University students. Int J Dent. 2015;2015:842096. doi:10.1155/2015/842096
11. Phuong NTT, Ngoc VTN, Linh LM, Duc NM, Tra NT, Anh LQ. Bruxism, related factors and oral health-related quality of life among Vietnamese medical students. Int J Environ Res Public Health. 2020;17(20):7408. doi:10.3390/ijerph17207408
12. Saracutu OI, Manfredini D, Bracci A, Ferrari Cagidiaco E, Ferrari M, Colonna A. Self-reported mandible bracing and teeth clenching are associated with anxiety and depression traits in a group of healthy young individuals. J Oral Facial Pain Headache. 2024;38(4):85-90. doi:10.22514/jofph.2024.041
13. Saracutu OI, Manfredini D, Bracci A, Ferrari Cagidiaco E, Ferrari M, Colonna A. Awake bruxism behaviors frequency in a group of healthy young adults with different psychological scores. Cranio. 2025;43(5):827-34. doi:10.1080/08869634.2024.2357199
14. Bakri MM, Aljabri MY, Hezam AAA, Abiri ZA, Mubaraky LM, Alhamidhi AA, et al. Association of self-reported bruxism and academic performance in Jazan University dental students: a cross-sectional study. Natl J Maxillofac Surg. 2024;15(3):379-86. doi:10.4103/njms.njms_47_24
15. Stanisic N, Saracutu OI, Colonna A, Wu W, Manfredini D, Häggman-Henrikson B. Awake bruxism prevalence across populations: a systematic review and meta-analysis. J Evid Based Dent Pract. 2025;25(3):102171. doi:10.1016/j.jebdp.2025.102171

Derechos de autor: 2026. Por los autores. Este artículo es de acceso abierto y distribuido según los términos y condiciones de la licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional (CC BY-NC-SA 4.0)

https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/